

5 ANS D'ALCOOLISME ET BEUCOUP DE MAL DE M'EN SORTIR.

Par [Profil supprimé](#) Posté le 02/06/2015 à 12h33

Enfin j'arrive à en parler et à l'admettre.

C'est en 2010 que ça a vraiment commencé, suite à des problèmes à la fois professionnels et familiaux, passant d'une consommation occasionnelle à une consommation journalière de 1L de bière voir plus pour atteindre une dose d'euphorie suffisante. Non sans conséquence sur ma vie quotidienne, mais pour l'instant aucun incident majeur avec ma femme et mes enfants, mais jusqu'à quand ?

Je sent que mes facultés intellectuelles baisses, j'ai du mal à me concentrer, souvent des vertiges, c'est très gênant dans mon travail. Puis les problèmes gastriques aussi, qui habituellement rentrent dans l'ordre, mais qui surviennent de plus en plus souvent. C'est probablement ça qui me fait prendre conscience de ma situation. Sans parler évidemment des signes de dépression et de dépendance psychologique qui me font systématiquement revenir à l'alcool.

J'arrive parfois à ne plus boire pendant quelques jours, mais je rechute tout le temps. C'est trop facile, on achète de l'alcool partout ...

J'hésite encore à en parler à mon medecin traitant qui est au courant, mais tant que je ne demande pas d'aide il ne fera rien. Qu'en pensez vous ?

1 RÉPONSE

[Profil supprimé](#) - 02/06/2015 à 14h07

Bonjour Jimmy

Ton histoire ressemble beaucoup à la mienne excepté que je ne suis pas en couple.

Je pense que dans ta situation la question à se poser est la suivante:

Es tu alcoolique? ou bois tu de l'alcool parce que tu es en dépression.?

Me concernant, Je me suis pris une cuite il à quelques temps avec un sentiment de honte le lendemain. Ne pas comprendre ce besoin impérieux et destructeur de boire.

Il y à peu, j'ai eu un déclic. J'ai trouvé la cause principale de ma dépression. Cela concerne ma vie passée et ne vais point m'étendre à ce sujet dans le forum. Depuis ce déclic, je n'ai plus envie de boire mais je ressens désormais un dégoût. Le simple fait d'en imaginer le gout me dégoûte au plus haut point.

J'espère que mes trois ou quatre ans de beuverie même si les quantités n'étaient pas non plus désastreuse et même si il ne s'agissait pas d'alcool fort, ne m'auront pas abîmé le foie.

maintenant pose toi la question.

Pourquoi bois tu?

Parles en autour de toi, parles à ton médecin. L'admettre est déjà un pas vers l'abstinence.

Courage
